



اثربخشی رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و مولفه‌های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) در مادران دانش‌آموزان پسر مقاطع ابتدایی منطقه ۱ شهر تهران

مونا خرازی<sup>۱</sup> \*

### چکیده

این پژوهش با هدف بررسی اثربخشی رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و مولفه‌های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) در مادران دانش‌آموزان پسر مقاطع ابتدایی منطقه ۱ شهر تهران انجام گرفت. جامعه آماری مورد مطالعه کلیه مادران دانش‌آموزان پسر مقطع اول ابتدایی در سال ۹۷-۱۳۹۶ بود، طرح پژوهش از نوع نیمه آزمایشی همراه با پیش‌آزمون و پس‌آزمون با گروه کنترل و انتخاب نمونه به روش نمونه‌گیری تصادفی چند مرحله‌ای و گمارش تصادفی ساده انجام گرفت و حجم نمونه به منظور آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل تعداد ۳۰ نفر انتخاب شدند که ۱۵ نفر در گروه آزمایش و ۱۵ نفر در گروه کنترل قرار گرفتند. روش جمع‌آوری اطلاعات با استفاده از، مقیاس‌های سازگاری زناشویی اسپانیر (۱۹۷۶) و نیز آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل در طی ۸ جلسه به مدت ۹۰ دقیقه در هفته بر روی نمونه مورد نظر اجرا شد. تجزیه و تحلیل داده‌ها با استفاده از آزمون آماری (تحلیل کوواریانس چند متغیری) صورت گرفت. یافته‌های بدست آمده نشان داد: آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل تاثیر مثبت بر سازگاری زناشویی و مولفه‌های (رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دونفری و ابراز محبت) گروه آزمایش در پس‌آزمون داشت. همچنین نتایج بدست آمده حاکی از آن بود که رویکرد تحلیل رفتار متقابل موجب افزایش سازگاری زناشویی و رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دونفری و ابراز محبت مادران دانش‌آموزان پسر پایه اول مقطع دبستان می‌گردد.

**واژه‌های کلیدی:** رویکرد تحلیل رفتار متقابل، سازگاری زناشویی، رضایت، همبستگی، توافق، ابراز محبت.

<sup>۱</sup> - دانش‌آموخته کارشناسی ارشد مشاوره مدرسه، گروه مشاوره. واحد رودهن، دانشگاه آزاد اسلامی، رودهن، ایران. (نویسنده مسئول).



## مقدمه

یکی از مهم‌ترین عواملی که بر بقا و رشد شخصیت دانش‌آموزان اثر می‌گذارد، روابط سالم و تفاهم بین اعضا به خصوص زن و شوهر است. سازگاری زناشویی زیر بنای عملکرد خوب خانوادگی، تسهیل نقش والدینی و سبب رضایت بیشتر از زندگی و بهبود عملکرد دانش‌آموزان می‌شود. از سوی دیگر وجود ناسازگاری زناشویی در روابط زن و شوهر علاوه بر ایجاد مشکل در موارد فوق، باعث اشکال در روابط اجتماعی، گرایش به انحرافات اجتماعی و اخلاقی و افول ارزش‌های فرهنگی در بین اعضاء خانواده از جمله دانش‌آموزان می‌شود. از سوی دیگر خانواده به عنوان یک سیستم عمل می‌نماید زیرا رفتار اعضای یک خانواده تابعی از رفتار سایر اعضای خانواده است. در صورت بروز مشکل در رفتار و حالات یکی از اعضا، تعادل خانواده بهم خورده و سیستم خانواده برای حفظ تعادل مجبور است که وارد عمل شود. تاثیر عضوی از خانواده بر اعضای دیگر خانواده بدیهی و روشن است. بطوری که امکان ندارد در یک خانواده شخصی دچار نارضایتی باشد و این مشکل بر دیگر اعضای خانواده تاثیر نگذارد. دانش‌آموزان هر کشوری از سرمایه‌های فکری و معنوی آن کشور به شمار می‌روند (تودوروویک و میتروویک، ۲۰۱۷). بررسی مسائل خاص دانش‌آموزان، تحصیل موفق و تأمین سلامت جسمی و روانی، اجتماعی آن‌ها از مهم‌ترین اهداف برنامه‌ریزان آموزش دولت‌ها می‌باشد (فورستر، گریگسبای، بنیان، آنگر و ولنت، ۲۰۱۵). در همه کشورهای دنیا از جمله کشور ایران، مسائل آموزشی و مشکلات روان‌شناختی بین دانش‌آموزان دامنه وسیعی به خود می‌گیرد و به نظر می‌رسد که عوامل متعددی سلامت آن‌ها را به خطر می‌اندازد. برخی از این عوامل موجب بهبود عملکرد تحصیلی و برخی دیگر باعث تضعیف عملکرد فراگیران می‌شوند (اخوان تفتی و ولی زاده، ۱۳۸۵). در حقیقت هنگامی که دانش‌آموزان نمی‌توانند به طور موفقیت آمیز بر بحران‌ها و چالش‌های تحویلی غلبه کنند، پریشانی‌های روان‌شناختی را تجربه خواهند کرد و اختلال قابل ملاحظه‌ای در جریان به هنجار زندگی روزمره و جنبه‌های عاطفی، اجتماعی و شناختی بروز خواهد کرد که به دنبال آن شخصیت آن‌ها دچار اغتشاش خواهد شد (گاربر، کیلی و مارتین، ۲۰۰۲).

از سوی دیگر خانواده به عنوان یک سیستم عمل می‌نماید زیرا رفتار اعضای یک خانواده تابعی از رفتار سایر اعضای خانواده است. در صورت بروز مشکل در رفتار و حالات یکی از اعضا، تعادل خانواده بهم خورده و سیستم خانواده برای حفظ تعادل مجبور است که وارد عمل شود. تاثیر عضوی از خانواده بر اعضای دیگر خانواده بدیهی و روشن است. بطوری که امکان ندارد در یک خانواده شخصی دچار نارضایتی باشد و این مشکل بر دیگر اعضای خانواده تاثیر نگذارد. در خانواده مادران با مسائل روان‌شناختی دانش‌آموزان بسیار در ارتباط هستند. مطالعات نشان می‌دهد که مراقبت‌کنندگان خانوادگی و مخصوصاً مادران بزرگ‌ترین گروه مراقبین هستند (ریور، الیوت، بری، شواکوک، اسوالد و گرنت، ۲۰۰۶)، اگر چه مراقبین خانوادگی به شایستگی سیستم‌های مراقبت بهداشتی عمل می‌کنند، مسئولیت‌های زیاد مراقبت، فقدان آمادگی لازم و آموزش‌های مناسب سلامت جسمی و هیجانی آن‌ها را پایین می‌آورد (اوهلسون، ۲۰۱۰). آن‌ها حس بی ارزش و مقصر دانستن خود دارند، میزان استرس آن‌ها بالا، سطح بهداشت روانی و کیفیت زندگی آن‌ها پایین است (ریور و همکاران، ۲۰۰۶). مادران به سبب نقش‌های چندگانه‌ی خود، عناصر انسانی تأثیرگذار در خانواده و جامعه هستند و زن در خانواده به عنوان یک فرد می‌تواند در ثبات روابط زناشویی نقشی عمده ایفا کند. یکی از مهم‌ترین عواملی که بر بقا و رشد خانواده اثر می‌گذارد، روابط سالم و تفاهم بین اعضا به خصوص زن و شوهر است. سازگاری زناشویی زیر بنای عملکرد خوب خانوادگی، تسهیل نقش والدینی و سبب رشد اقتصادی و رضایت بیشتر از زندگی می‌شود. از سوی دیگر وجود ناسازگاری زناشویی در روابط زن و شوهر علاوه بر ایجاد مشکل در موارد فوق، باعث اشکال در روابط اجتماعی، گرایش به انحرافات اجتماعی و اخلاقی و افول ارزش‌های فرهنگی در بین زوج‌ها می‌شود (زوریا، ۲۰۱۵). در واقع، شناخت انواع مختلف تعامل‌های خانوادگی و اشتیاق‌های مطرح در خانواده علاوه بر توصیف، به پیش‌بینی و توضیح عملکرد خانواده و توصیه‌ها و تجویزهای مربوط به آن هم کمک می‌کند



(رحیمی و خیر، ۱۳۸۶)، بر همین اساس سازگاری زناشویی مفهومی است که در آن احساسات عینی از خشنودی، رضایت و لذت تجربه شده توسط زن و شوهر موقعی که همه جنبه‌های ازدواج را در نظر می‌گیرند، تجربه می‌شود. در حقیقت اشتیاق خانوادگی در بین زوجین به معنای انطباق بین موقعیت موجود و وضعیتی که مورد انتظار است، می‌باشد (کمایی و صداقتی فرد، ۱۳۹۴). زن و شوهر در این لذت و شادی هر یک سهمی دارند، و اگر یکی کوتاهی ورزد اشتیاق خانوادگی به معنای آن شکل نمی‌گیرد و زن و شوهر از یکدیگر دلزده می‌شوند، اما زنان در این بین نقش مهمی را بر عهده دارند و اگر یک بار انتظار محبت شوهر را برآورده نکنند، نامهربان شناخته می‌شوند، پژوهش (قاضی، ۱۳۸۹؛ بلانین، ۲۰۱۲؛ کافل و هیمن، ۲۰۰۶) نشان داده‌اند که در مسائل جنسی در زندگی مشترک نیز دچار مشکل می‌شوند. بر همین اساس سازگاری زناشویی یک جنبه بسیار مهم و پیچیده از یک رابطه زناشویی است. بطور کلی می‌توان بیان داشت که سازگاری زناشویی فرایندی است که در طی آن هر دو عضو زوج به صورت انفرادی یا با همکاری یکدیگر، الگوهای رفتاریشان را برای رسیدن به حداکثر رضایت زناشویی در روابطشان، تغییر و اصلاح می‌نمایند. سازگاری زناشوی در حفظ تعادل زندگی و جو عاطفی خانواده نقش حیاتی دارد و به عقیده فلوید (۱۹۹۸)، عامل موثری برای مقابله با فشارهای روانی و داشتن زندگی زناشویی رضایتمند هستند (برنشتاین و برنشتاین، ترجمه سهرابی، ۱۳۸۹). بطور کلی ازدواج یکی از بنیادهای تقریباً جهان شمول بشری است و هیچ بنیادی این چنین صمیمانه، زندگی افراد بشر را تحت تاثیر قرار نداده است. از سوی دیگر در انتخاب شیوه‌های درمانی موثر در زمینه‌ی مسائل بین فردی موجود در نظام زناشویی و خانوادگی توجه به این اصل حائز اهمیت است که رفتار متقابل دو نفر برآیند مارپیچ‌های علی بی شماری است که رفتار هر دوی آنها را شکل می‌دهد. به عبارتی براساس یک دید سیستمی، کنش‌های هر فردی در محیط، وابسته به کنش‌های سایر اعضای آن محیط است (میلر، میلر و نانالی، ترجمه بهاری، ۱۳۹۵). در این دیدگاه فرد را نه یک سیستم بسته؛ بلکه یک سیستم پویای دائماً در حال ارتباط و تبادل اطلاعات با سیستم‌های دیگر در نظر می‌گیرند، افراد می‌توانند بینش موثر و کاراتری در زمینه‌ی کمک به فرد در ایجاد و هماهنگی سالم و پویا نه تعامل مخرب و ناسالم با محیط اطرافش داشته باشند. در همین راستا یکی از نظریه‌هایی که بر روابط بین فردی و واکنش‌های متقابل افراد با یکدیگر توجه دارد و در زمینه‌ی مسائل بین فردی، راه کارهای کاربردی و کارایی ارائه داده تحلیل رفتار متقابل یا تحلیل تبدالی است که برن در نیمه‌ی دوم قرن بیستم آن را ارائه داده است. تحلیل ارتباط محاوره‌ای یکی از ملموس‌ترین نظریه‌های روانشناسی نوین است، که بر ارتباط متقابل بین افراد تأثیر گذار می‌باشد. تحلیل رفتار متقابل نظریه‌ای است مبتنی بر این تصور که بخش عمده‌ای از عمر در تبادل‌ها و تعامل‌های بین فردی می‌گذرد (شی‌یر و کارور، ۱۹۶۵، ترجمه رضوانی و الیاسی، ۱۳۸۷). این نظریه بیشتر به صورت یک مدل ارتباطی در روابط بین فردی اجرا می‌شود، آغاز این روش در دهه ۱۹۶۰ توسط اریک برن پایه‌گذاری شد که بر اساس دو عقیده به وجود آمد، اول اینکه ما سه حالت داریم (کودک، والد، بالغ)، و دوم اینکه این حالت‌های من با هم ارتباط دارند. تحلیل رفتار متقابل یک روش بسیار متداول در درمان است و نوشته‌های زیادی درباره‌ی آن در دست می‌باشد (تودور، ۲۰۰۲). که در امور بالینی، درمانی و مخصوصاً ارتباطات بین فردی کاربرد دارد، این روش از طریق ارائه راهکارهای عملی به والدین کمک می‌کند تا بتوانند روابطشان، خودشان و فرزندان‌شان را بهتر درک کنند و آنها را در جهت بهتری تغییر دهند (فیروزبخت، ۱۳۹۴). تحلیل رفتار متقابل به عنوان نظریه شخصیت، تصویری از ساختار روان‌شناسی انسان‌ها را ارائه می‌دهد. بدین منظور از یک الگوی سه بخشی به عنوان الگوی حالات نفسانی خود استفاده می‌کند. همین الگوی شخصیتی به ما کمک می‌کند تا دریابیم انسانها چگونه عمل و رفتار می‌کنند و این که چگونه شخصیت خود را در قالب رفتارهایشان آشکار می‌سازند. افراد با یکی از سه حالت ایگوپی والد، بالغ و یا کودکشان، با دیگران ارتباط برقرار می‌کنند. البته این که با کدام یک از آنها ارتباط برقرار کنند، به احساس آن‌ها در لحظه مورد نظر بستگی دارد. ضمن اینکه در هر



لحظه عاملی می تواند افراد را از حالتی به حالت دیگر ببرد. پاسخ های افراد نیز توسط یکی از این سه حالت ایگویی صادر می شود. جوهر تحلیل رفتار متقابل تحلیل همین محرک ها و پاسخ هاست (استوارت و جونز، ترجمه دادگستر، ۱۳۹۵). برن (۱۹۷۵) معتقد است کاربرد تحلیل روابط متقابل اصولاً در بررسی روابط زناشویی و پیوندهای اجتماعی گوناگون است. بطور کلی به نظر برن تحلیل روابط اصولاً در روابط و زناشویی و پیوندهای اجتماعی کاربرد دارد. در این موقعیت ها، تحلیل روابط می تواند پیش بینی ها و بازنگری های مفید و قانع کننده ای را به دست دهد. در تحلیل روابط بیشتر به روابط انسان ها با یکدیگر توجه می شود و اعتقاد بر این است که اگر افراد روابطی سالم، مثبت و رضایت بخش با یکدیگر داشته باشند و آن را جایگزین روابط تخریبی، منفی و تحقیر آمیز نمایند، قادر خواهند بود که از فشارهای روانی خود و دیگران بکاهند و از زندگی خود لذت بیشتری ببرند (بک، ترجمه قراچه داغی، ۱۳۹۴). کوری (۱۹۹۴) نیز معتقد است تحلیل رفتار متقابل به منزله ی یک روش درمان تعاملی است که بر جنبه های شناختی- عقلانی و رفتاری در فرایند درمان تاکید می کند و هدف آن افزایش آگاهی و توانایی های فرد، برای تصمیم گیری و تغییر جریان زندگی خود است (نوبین، ۱۳۹۱). با توجه به آنچه گفته شد عدم رضایت مندی زندگی و کاهش سازگاری زناشویی در مادران باعث از بین رفتن محیط امن روانی و روحی در فرزندان می گردد و باعث به وجود آمدن مشکلاتی برای آنها می گردد، و بر رابطه آنها با دیگران صدمه می زند (مرادی و ثنایی ذاکر، ۱۳۸۵)، مطالعه پژوهش های مختلف در زمینه اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل (معمدی و نوشادی، ۱۳۹۴) بر رضایت زناشویی؛ (نریمانی و همکاران، ۱۳۹۴) در افزایش انعطاف پذیری شناختی و ارتقای عملکرد خانواده؛ (اکبری و همکاران، ۱۳۹۱) بر بهبود مهارت حل تعارض؛ (سودانی و همکاران، ۱۳۹۱) بر افزایش عملکرد زوج های ناسازگار؛ (کافی و همکاران، ۱۳۹۰) بر سازگاری زناشویی؛ (فتوحی بناب و همکاران، ۱۳۸۸) بر سازگاری زناشویی زوج های - ناسازگار، استرزلسیک (۲۰۱۵) بر کیفیت زندگی و کاهش تعارضات زناشویی (سلامت، ۱۳۸۴)، سازگاری زناشویی (دانش، ۱۳۸۵)، رضایت زناشویی (ترکان، ۱۳۸۵)، شیوه های رویایی با استرس (فرهنگی و آقا محمدیان، ۱۳۸۵)، خود پنداره (صادقی و همکاران، ۱۳۸۸)، پیدایش عقاید مثبت تر در زمینه روابط با کارمندان (جنسنس، ۱۹۷۵)، در جلوگیری از افزایش تعارض و خشونت (گری، ۲۰۰۶) و بر توسعه مهارت های ارتباطی، درک دیگران و خود ابرازی (محمدی و همکاران، ۲۰۱۰) را نشان داده اند. با توجه به مطالعات صورت گرفته آموزش تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و مولفه های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) مادران دانش آموزان ضروری به نظر می رسد. هرچند پژوهش های زیادی در زمینه سازگاری زناشویی و مولفه های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) با رویکردهای مختلف انجام شده است، ولی در خصوص، اثر بخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و مولفه های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) مادران دانش آموزان صورت نگرفته است. لذا بنابر مطالب فوق و با عنایت به جدید بودن موضوع و اهمیت آن در جامعه، پژوهش حاضر به بررسی اثربخشی رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و مولفه های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) مادران دانش آموزان مقطع دبستان مدارس منطقه ۱ تهران پرداخته است.

### روش شناسی

با توجه به شاخص ها و اهداف تحقیق، پژوهش صورت گرفته یک پژوهش نیمه آزمایشی همراه با پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل و گمارش تصادفی ساده می باشد که به بررسی تاثیر آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و مولفه های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) مادران دانش آموزان مقطع دبستان مدارس منطقه ۱ تهران پرداخته است.

فرضیه اصلی



آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و مولفه های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) مادران دانش آموزان مقطع دبستان مدارس منطقه ۱ تهران تأثیر معنی داری دارد.

### جامعه آماری و نمونه آماری

جامعه آماری پژوهش دربر گیرنده را کلیه مادران دانش آموزان پسر پایه اول مقطع دبستان منطقه ۱ آموزش و پرورش مشغول به تحصیل در سال تحصیلی ۹۷-۱۳۹۶ در شهر تهران بود. روش نمونه گیری در این پژوهش به صورت روش نمونه گیری چند مرحله ای و تصادفی ساده بود، با توجه به هدف پژوهش و به دلیل آزمایشی و آموزشی بودن آن، پژوهش از نوع نیمه آزمایشی همراه با پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل و گمارش تصادفی و گروه نمونه با حجم ۳۰ نفر و به صورت داوطلبانه و با گمارش تصادفی انتخاب شدند و به صورت تصادفی در دو گروه (۱۵ نفر گروه آزمایش، ۱۵ نفر گروه کنترل) قرار گرفتند.

### روش گردآوری اطلاعات

با توجه به اینکه پژوهش از نوع پیش آزمون و پس آزمون با گروه کنترل می باشد، بر همین اساس روش نمونه گیری ترکیبی از تصادفی ساده و غیر تصادفی در دسترس و داوطلبانه بود، بدین صورت که از بین کل آزمودنی ها، تعداد (۳۰ نفر) بصورت در دسترس و داوطلبانه که معیارهای ورود به پژوهش را داشتند انتخاب شدند و به صورت کاملاً تصادفی و به قید قرعه در گروه آزمایشی و گواه (۱۵ نفره)، قرار داده شدند. برای اجرای پژوهش و انجام پرسشنامه در ابتدا پس از مراجعه به آموزش و پرورش منطقه ۱ و برآورد تعداد کل مدارس ابتدایی منطقه ۱ شهر تهران، از بین کل مدارس ابتدایی، مدارس دولتی-عادی پسرانه انتخاب شدند. از بین این مدارس به صورت تصادفی ۳ مدرسه انتخاب شد، به منظور اجرای کار، جلب اعتماد نمونه ها و ارزیابی این که آیا نمونه ها متناسب با هدف درمانی، در این پژوهش می باشند، مصاحبه اولیه ای به منظور ارزیابی معیارهای ورود به مطالعه با والدین انجام گردید که شامل: رضایت برای مشارکت در جلسات تا انتهای درمان، عدم تعارضات شدید زناشویی، عدم ابتلا به بیماری های جسمی و روانی و وابستگی به مواد... بودند. همچنین قبل از ورود افراد به مطالعه، راجع به هدف طرح توضیح داده شد و رضایت شخصی جهت شرکت در مطالعه اخذ گردید. پس از انجام مصاحبه اولیه (۳۰ نفر) که حاضر به همکاری بودند، انتخاب شدند. در اجرای تحقیق پس از انتخاب گروه های آزمایش و کنترل به صورت تصادفی و به قید قرعه از مادران دانش آموزان پایه اول خواسته شد که به سئوالات مقیاس های سازگاری زناشویی با دقت و صداقت کامل پاسخ بدهند (پیش آزمون). مادرانی که از پرسشنامه سازگاری زناشویی و مولفه های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) نمره پایین تری کسب کردند به عنوان نمونه (گروه آموزشی) انتخاب شدند و سپس افراد گروه آزمایش اول تحت آموزش (رویکرد تحلیل رفتار متقابل) در ۸ جلسه به مدت ۹۰ دقیقه (هفته ای یک جلسه) در جلسات مشاوره ای شرکت کردند. در این مرحله گروه کنترل هیچ گونه آموزشی دریافت نداشت. پس از پایان این مدت برای مقایسه اثر مداخله از گروه های آزمایش به کمک مقیاس سازگاری زناشویی پس آزمون گرفته شد و نتایج پیش آزمون و پس آزمون در هر دو گروه با یکدیگر مورد مقایسه قرار گرفته شد. به منظور رعایت اخلاق پژوهشی افراد گروه کنترل در لیست انتظار قرار گرفتند و پس از پایان تحقیق، جلسات آموزش گروهی نیز در مورد آنها اعمال گردید. در نهایت داده های بدست آمده در نرم افزار SPSS مورد تجزیه و تحلیل قرار گرفته شد. یک ماه و نیم پس از اتمام جلسه پایانی، آزمون پیگیری بر روی گروه ها انجام گردید. هم چنین بعد از پایان پیگیری جلسات درمانی، به منظور رعایت اصول اخلاقی ۴ جلسه درمانی ۹۰ دقیقه ای برای شرکت کنندگان گروه کنترل در نظر گرفته شد. مداخله روان شناختی استفاده شده در این پژوهش بر طبق پروتکل های درمانی رویکرد تحلیل رفتار متقابل اجرا شده است. هم چنین مطالب به صورت شفاهی و با کمک اسلاید به آزمودنی ها ارائه شد.



## ابزار گردآوری اطلاعات

در این پژوهش روش جمع‌آوری اطلاعات از طریق پرسشنامه صورت گرفته شده است. ابزارهای مورد استفاده عبارتند از: آموزش براساس رویکرد تحلیل رفتار متقابل، مقیاس سازگاری زناشویی.

**مقیاس سازگاری زن و شوهر گراهام بی اسپانییر (DAS):** مقیاس سازگاری زن و شوهر (DAS) توسط گراهام بی اسپانییر (۱۹۷۶) ساخته شده است. این پرسشنامه یک مقیاس ۳۲ سوالی است که به منظور سنجش سازگاری بین زن و شوهرها و یا هر دو نفری که باهم زندگی می‌کنند تنظیم شده است. در این مقیاس چهار بعد رابطه را می‌سنجد. این چهار بعد رابطه شامل (رضایت دو نفری که در برگزیده سوالات: ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۳۱، ۳۲، همبستگی دو نفری که در برگزیده سوالات: ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸، توافق دو نفری که در برگزیده سوالات: ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵؛ ابراز محبت که در برگزیده سوالات: ۳۰، ۲۹، ۶، ۴) براساس طیف لیکرت ۱ تا ۵ مورد محاسبه قرار می‌گیرد. نمره گذاری در مقیاس سازگاری زن و شوهر بگونه ای است که از مجموع نمرات کل بدست آمده حداقل امتیاز ممکن ۰ و حداکثر ۱۵۱ خواهد بود. نمرات بین ۰ تا ۳۸ بیانگر حس انسجام پایین، نمره بین ۳۸ تا ۷۶ بیانگر حس انسجام متوسط و نمره بالاتر از ۷۶ بیانگر حس انسجام بالا در روابط زن و شوهر را مشخص می‌سازد. در این مقیاس حداقل امتیاز ممکن ۰ و حداکثر ۱۵۱ خواهد بود. نمرات بالاتر نشان دهنده رابطه بهتر است. اسپانییر (۱۹۷۶) اعتبار آزمون را براساس آلفای کرونباخ ۰/۹۶ گزارش نموده است که نشان دهنده همسانی درونی قابل توجهی این آزمون را مشخص می‌سازد. همچنین همسانی درونی خرده مقیاس‌ها بین خوب تا عالی در خصوص ابعاد: رضایت دو نفری = ۰/۹۴، همبستگی دو نفری = ۰/۸۱، توافق دو نفری = ۰/۹۰ و ابراز محبت = ۰/۷۳ گزارش شده است این مقیاس ابتدا با روشهای منطقی روایی محتوا چک شد. مقیاس سازگاری زن و شوهر با قدرت تمیز دادن زوج‌های متأهل و مطلقه در هر سوال، روایی خود را برای گروه‌های شناخته شده نشان داده است. روایی همزمان این مقیاس با پرسشنامه سازگاری زناشویی لاک والاس، ۰/۹۰ گزارش شده است.

## آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل

در این پژوهش شرکت‌کنندگان گروه آزمایش در جلسات درمانی که شامل (۸ جلسه، ۹۰ دقیقه‌ای، هفته ای ۱ جلسه) شرکت داشتند. انجام مداخله درمانی از طریق هماهنگی با مسئولین مدارس، در سالن اجتماعات برگزار شد. از جمله مشکلات برگزاری جلسات، مدیریت جلسات و ساختمان بود که با همکاری مسئولین، این مشکل برطرف شد. همچنین به منظور آرام بودن محیط اتاق برگزاری جلسات، به ساعاتی در عصری موقوف شد که امکان آلودگی صوتی کمتری وجود داشت. به منظور رعایت اصول اخلاقی به شرکت‌کنندگان اطمینان داده شد که اطلاعات آن‌ها به صورت کاملاً محرمانه باقی خواهد ماند و ایشان اختیار کامل دارند که در پژوهش شرکت نکنند یا در هر مرحله بخواهند، مختارند از ادامه‌ی شرکت انصراف دهند. همچنین بعد از پایان پی-گیری جلسات درمانی، به منظور رعایت اصول اخلاقی ۴ جلسه‌ی درمانی ۹۰ دقیقه‌ای برای شرکت‌کنندگان گروه کنترل در نظر گرفته شد. آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل استفاده شده در این پژوهش بر طبق پروتکل آموزشی رویکرد تحلیل رفتار متقابل اجرا شده است. همچنین مطالب به صورت شفاهی و با کمک اسلاید به آزمودنی‌ها ارائه شد. آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل شامل آموزش مجموعه مهارت‌های ارتباطی است که طی ۸ جلسه براساس پروتکل آموزشی رویکرد تحلیل رفتار متقابل تهیه شده از منابع معتبر علمی و تجربیات حاصل از حضور محقق در کارگاه‌های مربوطه به مادران دانش‌آموزان شرکت‌کننده در مدارس داده شد، بدست آمده است. درون مایه و هدف‌های مورد نظر در هر نشست به شرح زیر صورت گرفت:



## جدول ۱: پروتکل آموزشی رویکرد تحلیل رفتار متقابل

جلسات	موضوع	اهداف و مداخلات درمانی
اول	آشنایی؛ معارفه؛ تشریح قوانین گروه؛ مشارکت	هدف: آماده سازی گروه و معرفی هنجارهای گروهی (معرفی اهداف دوره و قوانین دوره برای اعضا تا حداکثر بهره برداری از گروه را داشته باشند. تمرینی که در این بخش انجام شد؛ استفاده از فنون آشنا شدن بود). بخش میانی: آشنایی با پنجره جوهری (هدف، آماده کردن اعضا برای ارائه مطالب، ورود به حوزه شناخت خود و مواجهه دادن مخاطبین با خودشان. تمرین، اعضا در مورد ۴ وجه این پنجره جوهری صحبت کردند و خود و سایر اعضا گروه را به چالش کشیدند. در ادامه
دوم	آشنایی با احساس‌های اصیل و احساس‌های تخریبی	توضیح در مورد فرضیه‌های فلسفی اساسی در تحلیل رفتار و معرفی و بیان وضعیت‌های اساسی در تحلیل رفتار. مرور مطالب، رفع اشکال، پرسش و پاسخ و تعیین اهداف کلی گروه و اهداف شخصی اشاره به تمرین‌هایی برای جلسه آینده برای کسب آگاهی بیشتر و نگاه به خود. هدف؛ کسب مهارت‌های ارتباطی بهتر با خود و ارتباطات متقابل با دیگران برای بهبود روابط. بخش نخست؛ مرور مطالب و انجام تمرین‌های گفته شده در جلسه قبل بخش میانی؛ احساس‌های اصیل و احساس‌های تخریبی توضیح داده شد. در ادامه مبحث نوازش‌ها اعم از (توضیح نوازش، انواع نوازش‌ها، انواع نوازش گرفتن و نوازش دادن، اقتصاد نوازش، تقویت رفتار با نوازش و ....) بیان شد. تمرینی که انجام شد، ایفای نقش برای تمیز دادن احساس‌های اصیل و احساسات تخریبی ایفای نقش برای نشان دادن روابط بین اعضا و چگونگی تعاملات آنها در خانواده. از اعضا خواسته شد که یکدیگر را به گونه‌های مختلف نوازش کنند و احساسات خود را با گروه در میان گذارند. بخش پایانی؛ رفع اشکال، پرسش و پاسخ، مرور مطالب؛ چک کردن اهداف، که آیا در مسیر خواسته شده رو به جلو هستیم؛ تمرین دادن به اعضا برای جلسه آینده.
سوم	خود آگاهی	هدف؛ با آموزش این مبحث مخاطب خود آگاهی بهتر و عمیق تری را نسبت به خود و روابطش با دیگران کسب می‌کند و با آگاهی جدیدی رفتارهای اجتماعی خود و دیگران رو مورد بررسی قرار می‌دهد. بخش نخست؛ مشارکت در تمرین‌ها- رفع اشکال؛ بخش میانی؛ توضیح در مورد مبحث سازمان‌دهی وقت و زمان و نقش آن در ارتباط فرد با خود و دیگران، تمرین؛ ایفای نقش برای روشن شدن بهتر مطلب؛ بخش پایانی؛ مرور مطالب، رفع اشکال، پرسش و پاسخ تمرین برای تا جلسه آینده.
چهارم	آشنایی با الگوی حالات نفسانی	هدف؛ (من کودک) یکی از بخش‌های مهمی است که نیاز به بازبینی، ارزیابی و شفا دارد. شفاي کودک درون می‌تواند برای سلامت روان فردی و اجتماعی بسیار راه گشا باشد. شناخت وجوه (کودک درون)، در جهت شناخت خود و بهبود روابط با دیگران حائز اهمیت است. بخش نخست؛ به اشتراک گذاشتن تمرین و تجربه و آگاهی‌های کسب شده توسط اعضا، مرور مطالب؛ بخش میانی؛ الگوی حالات نفسانی توضیح داده شده و حالت (من کودک) مورد بررسی



قرار گرفت. تمرین؛ از اعضاء خواسته شد تا مثال هایی را با گروه به اشتراک بگذارند؛ و در بخشی هم به ایفای نقش پرداختیم. بخش پایانی؛ مرور مطالب، رفع اشکال، پرسش و پاسخ تمرین برای منزل، در ارتباطات اجتماعی خود با دیگران من کودک خود و بخش های آن را شناسایی کنند و به طور کلی با مشاهده فیلم و رفتارهای دیگران در اجتماع تحلیل دقیق تری از (من کودک) به دست آورند.

هدف: شناختی و بازبینی (من والد) بسیار مهم و حائز اهمیت است زیرا بسیاری از مطالب آموخته شده در ضبط والد ماست و نیاز به تحلیل و بررسی و بازنگری و بازسازی دارد. بخش نخست: رفع اشکال، به اشتراک گذاشتن تجربیات اعضاء، پرسش و پاسخ؛ بخش میانی: آشنایی با حالت (من والد)؛ تمرین: ایفای نقش گروهی و به اشتراک گذاشتن مطالب؛ بخش پایانی: پرسش و پاسخ، رفع اشکال، تمرین برای منزل، از اعضاء خواسته شد که در تعاملاتشان با خود و دیگران به بررسی ابعاد مختلف (من والد) بپردازند.

آشنایی با حالت  
(من والد) و  
شناختی و بازبینی  
(من والد)

پنجم

هدف: آشنایی با (من بالغ) و کسب مهارت در پرورش و به کارگیری این بعد از حالت شخصیتی، به ما کمک می کند تا از (من کودک) و (من والد) منطقی تر بهره برده و زندگی در اینجا و اکنون را بهتر تجربه کنیم. در ادامه مبحث کش لاستیکی توضیح داده شد. بخش نخست: پرسش و پاسخ، رفع اشکال، به اشتراک گذاری تجربیات، بخش میانی: آشنایی با حالت (من بالغ)، تمرین: با ایفای نقش، هر سه وجه (من کودک)، (من والد) و (من بالغ)، مورد نقد و بررسی قرار گرفت و تلاش برای کسب مهارت اینجا و اکنون بودن، برای داشتن ارتباطی موثرتر با خود و دیگران. بخش پایانی: پرسش و پاسخ، رفع اشکال، تمرین در منزل. از اعضاء خواسته شد که افکار- رفتار و احساسات خود را مورد بررسی قرار دهند و به اشتراک بگذارند که کجاها و در چه شرایطی کودک، والد یا بالغ بودند و چه موقعیت هایی باعث بازسازی آنها می شود و در این شرایط چه راهکار جدیدی برای حضور در اینجا و اکنون پیدا کردند.

آشنایی با حالت  
(من بالغ)

ششم

هدف: کمک به پیدا کردن الگوهای رفتاری تکرار شونده در زندگی و پیدا کردن الگویی مناسب در زندگی زناشویی. بخش نخست: پرسش و پاسخ، رفع اشکال، مرور مطالب، به اشتراک گذاری تجربیات اعضاء. بخش میانی: توضیح مثلث کارپمن و مثلث اشترنبرگ. تمرین: ایفای نقش توسط اعضاء برای شناخت بهتر الگوهای رفتاری، احساسی آنها، در تعاملاتشان با خود و دیگران. بخش پایانی: پرسش و پاسخ، رفع اشکال- تمرین در منزل. پیدا کردن نقش خود در تعاملاتشان براساس مثلث کارپمن و اشترنبرگ.

آشنایی با مثلث  
کارپمن و مثلث  
اشترنبرگ

هفتم

هدف: شناخت بازیها ما رو به فضای اینجا و اکنون نزدیک می کند و کمک می کند تا الگوهای تکرار شونده ای را که براساس انتخاب نوع نمایشنامه زندگی مان، تکرار می کنیم، پیدا کرده و الگوی جدیدی را جایگزین کنیم. بخش نخست: رفع اشکال، پرسش و پاسخ و مرور مطالب، به اشتراک گذاشتن تجربیات بخش میانی: توضیح مبحث بازیها و پیاده سازی آن در مثلث کارپمن تمرین؛ ایفای نقش در گروه توسط اعضاء، شناسایی بازیها، تحلیلی براساس مثلث کارپمن و

آشنایی و شناخت  
با انواع بازی ها

هشتم



شناخت الگویی جدید و موثر برای ارتباط با خود و دیگران، بخش پایانی: پرسش و پاسخ، رفع اشکال، مرور مطالب؛ بررسی اهداف گروهی و شخصی عنوان شده در ابتدای جلسه اول،-تمرین در منزل، براساس مثل کارپمن، چند بازی و الگوی رفتاری در خود را مورد تجزیه و تحلیل قرار داده و کودک، والد، بالغ را در آن مشخص کنند و یک الگوی رفتاری و احساسی جدید طراحی کرده و به اشتراک بگذارند.-تعیین جلسه پیگیری برای مرور مطالب، پرسش و پاسخ و به اشتراک گذاشتن تجربیات.

### روش تجزیه و تحلیل داده‌ها

روش تجزیه و تحلیل اطلاعات آماری مورد استفاده در این پژوهش در دو بخش آمار توصیفی و آمار استنباطی انجام شده است. در بخش آمار توصیفی به توصیف ویژگی‌های گروه نمونه آماری در قالب شاخص‌های گرایش مرکزی و پراکندگی پرداخته شده است و در بخش آمار استنباطی با توجه به نوع تحقیق و براساس نرمال بودن توزیع داده‌ها از آزمون آماری تحلیل کواریانس چند متغیری بوسیله نرم‌افزار SPSS استفاده شده است.

### یافته‌ها و تجزیه و تحلیل داده‌ها

**مشخصات فردی پاسخگویان:** بیشتر آزمودنی‌ها به لحاظ طبقه سنی بین ۳۱ تا ۳۵ سال و از لحاظ تحصیلات دارای مدرک فوق لیسانس بودند. شاخص‌های توصیفی گرایش مرکزی و پراکندگی سازگاری زناشویی و مقیاس‌های آن (رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دونفری و ابراز محبت) را در شرکت کنندگان دوگروه آزمایش و کنترل در پیش آزمون و پس آزمون نشان داد میانگین نمرات متغیرها در پیش آزمون گروه آزمایش نسبت به گروه کنترل تفاوت زیادی با یکدیگر نداشته، اما در پس آزمون، گروه‌های آزمایش نسبت به گروه کنترل در تمام متغیرها افزایش قابل توجهی داشته است. همچنین نتایج یافته‌های پژوهش، براساس فرضیه اصلی پژوهش در زیر ارائه شده است.

### تجزیه و تحلیل داده‌ها

برای بررسی پیش فرض نرمال بودن توزیع نمرات متغیرهای سازگاری زناشویی و مولفه‌های (رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دونفری و ابراز محبت) در گروه آزمایش (پیش آزمون - پس آزمون) و کنترل (پیش آزمون - پس آزمون) از آزمون کولموگروف - اسمیرنوف تک نمونه‌ای استفاده شد، چون سطح معنی‌داری به دست آمده از ۰/۰۵ بزرگتر است، لذا توزیع متغیرهای وابسته نرمال است و لذا پیش فرض نرمال بودن نمرات تأیید می‌شود. یکی دیگر از پیش فرض‌های تحلیل کواریانس، همگونی واریانس‌ها است. می‌توان با استفاده از آزمون لون (Leven) فرض برابری یا همگونی واریانس را در گروه‌های آزمایشی بررسی نمود.

جدول ۲: خروجی آزمون کولموگروف - اسمیرنوف متغیرهای اصلی تحقیق

شاپیرو-ویلک		کولموگروف اسمیرنوف		گروه‌ها
سطح معناداری	درجه آزادی	سطح معناداری	درجه آزادی	
۰/۰۵	۰/۰۵	۰/۰۵	۰/۰۵	



۰/۹۵۳	۱۴	۰/۹۳۵	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۴۵	رضایت دونفری	
۰/۰۹۹	۱۴	۰/۸۹۶	۰/۰۵۹	۱۴	۰/۲۲۲	همبستگی دو نفری	
۰/۶۷۱	۱۴	۰/۹۶۷	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۴۴	توافق دو نفری	آزمایش
۰/۴۶۸	۱۴	۰/۹۴۴	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۶۰	ابراز محبت	
۰/۲۲۴	۱۴	۰/۹۲۱	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۶۵	سازگاری زناشویی	پیش آزمون
۰/۵۶۹	۱۴	۰/۹۵۱	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۵۴	رضایت دونفری	
۰/۲۷۱	۱۴	۰/۹۲۶	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۷۵	همبستگی دو نفری	
۰/۵۹۶	۱۴	۰/۹۵۲	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۵۱	توافق دو نفری	کنترل
۰/۱۳۶	۱۴	۰/۹۰۶	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۲۳	ابراز محبت	
۰/۵۳۳	۱۴	۰/۹۴۸	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۱۷	سازگاری زناشویی	
۰/۹۰۲	۱۴	۰/۹۸۴	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۰۵	رضایت دونفری	
۰/۶۶۹	۱۴	۰/۹۵۷	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۷۵	همبستگی دو نفری	
۰/۶۱۶	۱۴	۰/۹۵۳	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۳۳	توافق دو نفری	آزمایش
۰/۱۱۱	۱۴	۰/۹۰۰	۰/۱۲۶	۱۴	۰/۲۰۲	ابراز محبت	
۰/۹۸۰	۱۴	۰/۹۶۱	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۲۸	سازگاری زناشویی	پس آزمون
۰/۴۰۰	۱۴	۰/۹۳۹	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۷۵	رضایت دونفری	
۰/۱۱۹	۱۴	۰/۹۰۲	۰/۱۵۶	۱۴	۰/۱۹۵	همبستگی دو نفری	
۰/۶۶۱	۱۴	۰/۹۵۶	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۴۶	توافق دو نفری	کنترل
۰/۱۶۵	۰/۳۷۵	۰/۹۳۷	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۵۷	ابراز محبت	
۰/۳۵۶	۱۴	۰/۹۳۵	۰/۲۰۰	۱۴	۰/۱۴۱	سازگاری زناشویی	

جدول ۳: نتایج آزمون لون جهت برابری واریانس ها

سطح معناداری	درجه آزادی ۲	درجه آزادی ۱	F	
۰/۳۰۰	۲۶	۱	۱/۱۱۷	سازگاری زناشویی پس آزمون
۰/۲۴۷	۲۶	۱	۱/۴۰۱	رضایت دونفری پس آزمون
۰/۱۲۹	۲۶	۱	۲/۴۵۵	همبستگی دونفری پس آزمون
۰/۷۲۵	۲۶	۱	۰/۰۵۰	توافق دو نفری پس آزمون
۰/۱۰۸	۲۶	۱	۲/۷۶۳	ابراز محبت پس آزمون

نتایج جدول نشان می دهد که سطح معنی داری آزمون لون (F) بزرگتر از ۰/۰۵ است، بنابراین فرض برابری واریانس گروه های آزمایشی در متغیر سازگاری زناشویی و مولفه های (رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دونفری و ابراز محبت) پذیرفته شده و تفاوتی بین آنها مشاهده نشده است. بر همین اساس برای اثبات همگونی شیب خط رگرسیون باید مقدار F تعامل بین



متغیرهای همپراش و مستقل در همه گروه‌ها را مورد بررسی قرار داد، تا اگر این شاخص معنی‌دار نباشد یعنی سطح معنی‌داری از ۰/۰۵ بزرگ‌تر باشد، پیش فرض همگونی شیب رگرسیون رعایت شده است.

جدول ۴: همگنی شیب رگرسیون

منابع	متغیر وابسته	مجموع مجزورات	درجه آزادی	میانگین مجزورات	F	سطح معناداری
گروه * سازگاری زناشویی *	سازگاری زناشویی پس‌آزمون	۲۵۷/۸۶۷	۲	۱۲۸/۹۳۳	۱۶/۱۱۱	۰/۰۵۱
رضایت دونفری پیش‌آزمون	رضایت دونفری پس‌آزمون	۲۷/۲۵۰	۲	۱۳/۶۲۵	۳/۲۴۳	۰/۰۶۰
* همبستگی دونفری پیش‌آزمون	همبستگی دونفری پس‌آزمون	۱۶/۰۸۸	۲	۸/۴۴	۱/۹۵۵	۰/۱۶۸
آزمون * توافق دو نفری	توافق دو نفری پس‌آزمون	۰/۶۱۰	۲	۰/۳۰۵	۰/۰۲۰	۰/۹۸۰
پیش‌آزمون * ابراز محبت	ابراز محبت پس‌آزمون	۵/۵۹۳	۲	۲/۷۹۶	۲/۰۹۷	۰/۱۴۹

با توجه به نتایج جدول، متغیر سازگاری زناشویی مقدار F تعامل متغیر مستقل و همپراش (پیش‌آزمون) برابر با ۱۶/۱۱۱ می‌باشد که با توجه به اینکه سطح معنی‌داری اثر تقابل بزرگ‌تر از ۰/۰۵ به دست آمده تفاوت معنی‌دار نمی‌باشد، بنابراین پیش فرض همگنی شیب خط رگرسیون نیز پذیرفته می‌شود. همچنین نتایج مقدار F تعامل متغیر مستقل و همپراش (پیش‌آزمون) در مولفه‌های (رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دونفری و ابراز محبت) نتایج نشان می‌دهد با توجه به اینکه سطح معنی‌داری اثر تقابل میان گروه‌ها، متغیرهای وابسته و پیش‌آزمون‌ها به دلیل اینکه سطح معناداری آن‌ها بزرگ‌تر از ۰/۰۵ است تفاوت معنی‌دار نمی‌باشد، بنابراین پیش فرض همگنی شیب خط رگرسیون نیز پذیرفته می‌شود.

فرضیه اصلی: آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و مولفه‌های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) مادران دانش‌آموزان مقطع دبستان مدارس منطقه ۱ تهران تأثیر معنی‌داری دارد.

جدول ۵: نتایج تحلیل واریانس برای بررسی آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و مولفه‌های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) مادران دانش‌آموزان مقطع دبستان مدارس منطقه ۱ تهران

اثر	ارزش F	درجه آزادی فرضیه	درجه آزادی خطا	سطح معناداری	مجزورات ای سهمی
اثر پیلایی	۳/۴۵۲	۴/۰۰۰	۱۹/۰۰۰	۰/۰۴۹	۰/۳۴۱
ویلکز لامبدا	۳/۴۵۲	۴/۰۰۰	۱۹/۰۰۰	۰/۰۴۹	۰/۳۴۱
اثر هاتلینگ	۳/۴۵۲	۴/۰۰۰	۱۹/۰۰۰	۰/۰۴۹	۰/۳۴۱
بزرگترین ریشه‌ی روی	۳/۴۵۲	۴/۰۰۰	۱۹/۰۰۰	۰/۰۴۹	۰/۳۴۱

همانطور که یافته‌های حاصل از تحلیل واریانس نشان می‌دهد با توجه به اینکه سطح معناداری آزمون‌ها کم‌تر از ۰/۰۵ می‌باشد، بنابراین می‌توان نتیجه گرفت که میان گروه‌های کنترل و آزمایش از نظر متغیرهای سازگاری زناشویی (رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دو نفری و ابراز محبت) با کنترل متغیرهای همپراش، تفاوت معنادار وجود دارد ( $F=۳/۴۵۲$ ،  $p=۰/۰۰۱$ ،  $\eta^2=۰/۳۴۱$ ). به بیان دیگر می‌توان گفت که مداخله‌ی آموزشی در نمرات سازگاری زناشویی و مولفه‌های (رضایت دونفری،



همبستگی دونفری، توافق دو نفری و ابراز محبت) شرکت کنندگان گروه آزمایش، تأثیرگذار بوده است. برای پی بردن تفاوت بین دو گروه، از آزمون تحلیل کواریانس تک متغیری (Ancova) استفاده گردیده است.

جدول ۶: نتایج آزمون‌های اثرات بین آزمودنی‌ها (متغیرهای وابسته: سازگاری زناشویی و مولفه های رضایت دونفری،

همبستگی دونفری، توافق دو نفری و ابراز محبت)

منابع	متغیر وابسته	مجموع مجذورات	درجه آزادی	میانگین مجذورات	F	سطح معناداری	مجذور اتای سهمی
گروه ها	سازگاری زناشویی پس آزمون	۷۵۲/۶۱۸	۱	۷۵۲/۶۱۸	۱۶/۴۴۴	۰/۰۰۱	۰/۴۰۷
	رضایت دونفری پس آزمون	۲۸/۲۰۳	۱	۲۸/۲۰۳	۵/۵۷۶	۰/۰۲۷	۰/۲۰۲
	همبستگی دونفری پس آزمون	۲۹/۱۴۷	۱	۲۹/۱۴۷	۶/۵۱۸	۰/۰۱۸	۰/۲۲۹
	توافق دو نفری پس آزمون	۷۹/۵۷۶	۱	۷۹/۵۷۶	۵/۱۸۱	۰/۰۳۳	۰/۱۹۱
	ابراز محبت پس آزمون	۶/۳۹۴	۱	۶/۳۹۴	۴/۳۵۹	۰/۰۴۹	۰/۱۶۵

نتایج آزمون F نشان می‌دهد که میان گروه‌های آزمایش و کنترل از نظر متغیر سازگاری زناشویی ( $F=۱۶/۴۴۴, P=۰/۰۰۱$ )،  $F=۵/۵۷۶, P=۰/۰۲۷$ ،  $F=۶/۵۱۸, P=۰/۰۱۸$  و متغیرهای رضایت دونفری ( $\eta^2=۰/۰۲۷$ )،  $F=۵/۵۷۶, P=۰/۰۲۷$ ،  $F=۶/۵۱۸, P=۰/۰۱۸$ ،  $\eta^2=۰/۰۲۷$ ،  $F=۵/۱۸۱, P=۰/۰۳۳$ ،  $F=۴/۳۵۹, P=۰/۰۴۹$  و ابراز محبت ( $\eta^2=۰/۰۱۸$ )،  $F=۴/۳۵۹, P=۰/۰۴۹$  با مهار اثر میانگین‌های پیش آزمون، تفاوت معنادار وجود دارد. همچنین از طریق ضرایب مجذور اتای سهمی می‌توان نتیجه گرفت که مداخله آموزشی تأثیر قدرتمندی در تبیین متغیرهای وابسته دارد. به بیان دقیق‌تر، مداخله آموزشی (متغیر مستقل)، ۴۰/۷ درصد در تبیین مقیاس سازگاری زناشویی و ۲۰/۲ درصد در تبیین مقیاس رضایت دو نفری، ۲۲/۹ درصد در تبیین مقیاس همبستگی دو نفری، ۱۹/۱ درصد در تبیین مقیاس توافق دو نفری و ۱۶/۵ درصد در تبیین مقیاس ابراز محبت نقش داشته است.

جدول ۷: میانگین‌های تعدیل شده سازگاری زناشویی و مولفه های رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دو نفری و ابراز

محبت در پس آزمون گروه‌های آزمایش و کنترل

متغیرهای وابسته	گروه‌ها	میانگین	خطای استاندارد	حدود ۹۵ درصدی	
				حد پایین	حد بالا
سازگاری زناشویی پس آزمون	آزمایش	۸۵/۰۱۰	۱/۸۳۴	۸۱/۲۲۵	۸۸/۷۹۵
	کنترل	۷۴/۳۴۷	۱/۸۳۴	۷۰/۵۶۳	۷۸/۱۳۲
رضایت دونفری پس آزمون	آزمایش	۳۲/۵۴۶	۰/۶۵۹	۳۱/۱۸۰	۳۱/۹۱۳
	کنترل	۳۰/۱۶۸	۰/۶۵۹	۲۸/۸۰۲	۳۱/۵۳۵



۱۶/۴۵۸	۱۳/۸۸۸	۰/۶۲۰	۱۵/۱۷۳	آزمایش	همبستگی دونفری پس
۱۴/۰۴۰	۱۴/۴۷۱	۰/۶۲۰	۱۲/۷۵۵	کنترل	آزمون
۳۱/۷۱۷	۲۸/۱۵۹	۱/۱۹۷	۳۰/۴۴۳	آزمایش	توافق دو نفری پس آزمون
۲۸/۹۰۲	۲۴/۳۵۴	۱/۱۹۷	۲۶/۶۲۸	کنترل	
۷/۱۲۳	۵/۶۵۲	۰/۳۵۵	۶/۳۸۸	آزمایش	ابراز محبت پس آزمون
۵/۹۹۱	۴/۵۱۹	۰/۳۵۵	۵/۲۵۵	کنترل	

نتایج جدول ۷ میانگین‌های نمرات آزمون سازگاری زناشویی در پس آزمون گروه‌های آزمایش و کنترل نشان می‌دهد در نمرات هر دو متغیر، گروه آزمایش میانگین بالاتری نسبت به گروه کنترل دارند و از آنجا که نمرات بالاتر بیانگر آن است که آموزش تحلیل رفتار متقابل توانسته است وضعیت بهتر را در سازگاری زناشویی موجب گردد. همچنین نتایج جدول ۷ نشان داده است که میانگین‌های نمرات آزمون‌های رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دو نفری و ابراز محبت را در پس آزمون گروه‌های آزمایش و کنترل تمام متغیرها، گروه آزمایش میانگین بالاتری نسبت به گروه کنترل دارد و نمرات بالاتر نشان می‌دهد که آموزش مداخله توانسته است تأثیر مثبتی در خرده مقیاس‌های سازگاری زناشویی (رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دو نفری و ابراز محبت) داشته باشد.

### بحث و نتیجه‌گیری

برای آگاهی از تأثیر آموزش تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و مولفه‌های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) مطالعه مقدماتی انجام گرفته و نظریات و دیدگاه‌های اندیشمندان مختلف درباره موضوع مورد بررسی مطرح گردید. برخی از این نظریات و مدل‌ها اساس و زیربنای فرضیات و متغیرهای مورد بررسی را تشکیل می‌داد. بنابراین به طور خلاصه به برخی از آن‌ها اشاره شده است. بطور کلی مفهوم سازگاری زناشویی و مولفه‌های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) به عنوان متغیر وابسته این پژوهش و همچنین آموزش تحلیل رفتار متقابل به عنوان متغیر مستقل این پژوهش مورد بررسی قرار گرفته شد. با توجه به این امر که زندگی بشر در طی قرون متمادی دستخوش تغییرات و دگرگونی‌هایی بوده است که گاه در کنترل و گاه خارج از کنترل انسان بوده است و به نحوی سازگاری و آرامش انسان را بر هم زده و فشار و اضطراب را به دنبال داشته است. این پژوهش با هدف تأثیر آموزش تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و مولفه‌های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) مادران دانش‌آموزان مقطع دبستان مدارس منطقه ۱ شهر تهران صورت پذیرفت. که نتایج نشان داد: آموزش تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و مولفه‌های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) مادران دانش‌آموزان مقطع دبستان مدارس منطقه ۱ شهر تهران تأثیرگذار است. یافته‌های حاصل از تحلیل واریانس حاکی از این است که مقدار  $F$  چند متغیری در سطح  $P < 0/001$  از لحاظ آماری معنی‌دار می‌باشد. لذا می‌توان گفت که بین آموزش تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و مولفه‌های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) مادران دانش‌آموزان مقطع دبستان مدارس منطقه ۱ شهر تهران تفاوت معنی‌داری وجود دارد. همچنین نتایج گروه آزمایش میانگین بالاتری نسبت به گروه کنترل در خرده مقیاس‌های سازگاری زناشویی (رضایت دونفری، همبستگی دونفری، توافق دو نفری و ابراز محبت) در پس آزمون داشت و نمرات بالاتر نشان می‌دهد که آموزش مداخله توانسته است تأثیر مثبتی در خرده مقیاس‌های سازگاری زناشویی داشته باشد. بطور کلی می‌توان بیان داشت که آموزش تحلیل رفتار متقابل در افزایش عملکرد کلی خانواده و انعطاف پذیری شناختی، و در کاهش میزان ناراضی‌تی زناشویی موثر بوده و تعمیم این آموزش به دیگر جنبه‌های زندگی می‌تواند در کاهش مشکلات زوجین و خانواده‌ها کاربرد پیشگیرانه داشته باشد. یافته‌های پژوهش با نتایج پژوهش اکبری و



همکاران (۱۳۹۱) در خصوص اثر بخشی گروه درمانی تحلیل رفتار متقابل بر افزایش رضایتمندی، سازگاری، احساسات مثبت، و صمیمیت، و کاهش بی ثباتی ازدواج، افسردگی و اضطراب زوج های دارای تجربه طلاق عاطفی همسو بود. همچنین پژوهش سودانی و همکاران (۱۳۹۱) حاکی از آن بود که آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل موجب می شود که بین زوج های گروه آزمایش و گروه کنترل از لحاظ عملکرد کلی خانواده و حیطة های آن (حل مشکل، ارتباط، نقش ها، همراهی عاطفی، آمیزش عاطفی، کنترل رفتار و کارایی) تفاوت معنی داری وجود دارد. نتایج پژوهش فتوحی بناب و همکاران (۱۳۸۸) نشان داد که آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل سازگاری زناشویی زوج های ناسازگار را افزایش می دهد. دانش (۱۳۸۴) در پژوهش خود دریافت که شیوه تحلیل رفتار متقابل، سازگاری و رضایت زناشویی گروه مداخله را افزایش داد. نتایج حاصل از پژوهش زوریا و موسوی (۲۰۱۵) حاکی از بهبود رضایت زناشویی شامل خودآگاهی به همراه حالت ایگو، درک علت تعارض و درک مشکلات زناشویی بود. کازوکو (۲۰۰۶) در پژوهش خود نشان داد که می توان از طریق تعلیم شیوه تحلیل رفتار متقابل به مراجعان، در یک زمان کوتاه، در بهبود ارتباطات و همچنین می توان به کارایی اعضای خانواده در موقعیت های زندگی خانوادگی کمک نمود. در تبیین احتمالی تأثیر مثبت رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی مادران می توان گفت: براساس آموزه های رویکرد تحلیل تبادلی، این مسئله که فرد یک سیستم پویای دائماً در حال ارتباط و تبادل اطلاعات با سیستم های دیگر است (مینوچین، ترجمه ثنایی، ۱۳۹۵) مورد تأکید می باشد و لذا آموزه های ارتباطی آن برای بهبود تبادلات میان افراد از جمله زن و شوهرها مناسب به نظر می رسد. به بیان دیگر همان طور که گریف (۲۰۰۰) بیان می کند ارتباط موثر و کارآمد میان شوهر و همسر مهم ترین جنبه خانواده های دارای عملکرد مطلوب می باشد ولی از آن جا که ارتباط در دو سطح کلامی و غیر کلامی روی می دهد و یکی از دلایل اصلی بروز اختلاف های زناشویی ناهماهنگی پیام هایی است که به طور همزمان توسط این دو سطح منتقل می شوند (برنشتاین و برنشتاین، ترجمه سهرابی، ۱۳۸۹)، به نظر می رسد که رویکرد تحلیل رفتار متقابل با آموزش تحلیل روابط به خصوص انواع رابطه مکمل، متقاطع و نهفته، زوج را با نحوه برقراری ارتباط موثر آشنا می سازد. به عبارتی زوجین را به مهارت های ارتباطی مناسبی مجهز می سازد تا با تشخیص «حالات من» خود و همسرشان به ویژه با توجه به سرنخ های کلامی و غیر کلامی بتوانند ارتباط مناسبی را برقرار نمایند. به علاوه با استفاده از تکنیک های پس راندن «والد» طرف مقابل، بتوانند در موقعیت های احتمالی تعارض زا، به خوبی با نظارت «بالغ» تقویت شده خود، موقعیت را اداره نموده، شرایط را برای برقراری روابط سازنده و نه تخریبی فراهم سازند. البته از آن جا که با توجه به یافته های بورلسون و دنتون (۱۹۹۷) صرف نقص مهارت های ارتباطی عامل ایجاد مشکلات ارتباطی زناشویی نمی باشد و عواملی نظیر نیت و انگیزه ها نیز می توانند بر رضایت زناشویی اثر بگذارند، لذا می توان انتظار داشت که آموزه های رویکرد تحلیل رفتار متقابل در زمینه ایجاد جو صمیمانه و گریز از بازی های روانی و به خصوص پرهیز از ارائه نوازش های منفی غیر شرطی و سرزنش بتواند مانع از احساس سوء نیت از جانب همسران گردد. همان گونه که ساینگتون (۱۳۹۰) و اشمالینگ ترجمه قاسم زاده (۱۳۹۰) اشاره کرده اند تعامل در زوج های آشفته اغلب با رفتار منفی متقابل مشخص می شود. در این راستا آموزه های رویکرد تحلیل رفتار متقابل در زمینه نوازش و راهکارهای ارائه نوازش، صمیمیت و بیان آزاد احساسات و خود افشایی در فضایی توأم با امنیت روانی و همدلی متقابل می تواند تقابل منفی موجود در میان همسران ناراضی را کاهش دهد. از آن جا که زوج های درمانده در تلاش برای حل مشکل و یافتن راه حل رضایت آمیز ناتوانی بیشتری دارند (برنشتاین و برنشتاین، ترجمه سهرابی، ۱۳۸۹)، و نیز غالباً به جای حل موثر مسئله به نادیده گرفتن آن می پردازند (ساینگتون، ۱۳۹۰)، لذا آموزه های این رویکرد در زمینه تقویت «بالغ» و شیوه حل مسئله و تدوین «قرارداد» می تواند به ایجاد زمینه ای برای تفاهم بیشتر و کوشش برای حل مسائل میان فردی به گونه ای موثر و توأم با مشارکت و مبتنی بر وضعیت سالم «من خوب هستم- تو خوب هستی» که مانع از



بازی نقش های «قربانی» و «نجات دهنده» یا منفعت طلبی یک جانبه «زجر دهنده» می گردد کمک نماید. به عبارتی این موضوع که مشکل اکثر روابط آشفته، کنترل غیر موثر تعارض است که در نتیجه آن مسائل مهم رابطه، حل نشده باقی می ماند و غالباً منبع تعارض تکراری می شوند (هالفورد، ۱۳۹۵) به مفهوم «بازی» در تحلیل تبادلی نزدیک است و لذا شیوه های شکستن جریان بازی ها و نیز عدم ورود به بازی ها به صورت آگاهانه و تقویت «بالغ» به عنوان مسئول اجرایی شخصیت می تواند سیکل معیوب مشکل زایی، عدم حل مشکل، انباشت مشکل را منقطع سازد. به علاوه، در ازدواج ناموفق معمولاً انتقادهای شدید جایگزین شکایت های منطقی تر می گردد و شکایت از طرف مقابل به صورت اسناد به فرد و نه به عمل او ابراز می شود (گلمن، ترجمه پارسا، ۱۳۹۳) که در این زمینه تبیین تفاوت سرزنش با نوازش و لزوم اجتناب از سرزنش و نوازش منفی غیر شرطی می تواند شیوه های انتقاد صحیح را به زوجین آموزش دهد. بنابراین در مجموع، به نظر می رسد که آموزش این رویکرد می تواند مهارت های حل مسئله و انتقاد زوجین را بهبود بخشد. همچنین از آن جا که عوامل شناختی نظیر ادراک انتخابی، اسنادها، فرضیات، انتظارات و معیارها و نیز باورهای غیر منطقی از عوامل موثر بر سطح رضایت همسران می باشند. لذا آموزه های تحلیل تبادلی در زمینه تجدید نظر در تعصبات و پیش داوری ها، بایدها و نبایدهای غیر منطقی و احکام آزار دهنده موجود در «والد» و نیز کنترل تکانشگری ها و احساس های غیر خوب بودن «کودک» به وسیله تقویت «بالغ» می تواند منجر به نوعی بازسازی شناختی و مانع از تاثیرات سوء این عوامل بر روابط زناشویی زوج گردد. همچنین آموزه های این شیوه در زمینه رفع مشکلات ناشی از طرد و نیز رفع آلودگی «بالغ» از جانب کودک، «والد» یا هر دو و در نتیجه بهبود کارکرد «بالغ» می تواند به بهبود شرایط ارتباطی زوج از نظر عوامل شناختی کمک کند (ترکان، کلانتری و مولوی، ۱۳۸۵). با توجه به آن که مهارت های هیجانی شامل توانایی تشخیص دادن و بیان کردن هیجانات، از طریق تاثیر بر فرایند صمیمیت، سلامت زناشویی را بهبود می بخشد (کردوا و همکاران، ۲۰۰۵) و نیز بدان سبب که مجموعه ای از قابلیت های عاطفی - عمدتاً توانایی آرام شدن و آرام کردن طرف مقابل، همدردی و خوب گوش کردن - می تواند منجر به حل و فصل کارآمد اختلافات گردند (گلمن، ترجمه پارسا، ۱۳۹۳)، به نظر می رسد که آموزه های تحلیل تبادلی در مورد انواع نوازش های کارآمد و از آن جمله گوش دادن فعال و پرهیز از تخطئه و سرزنش، همچنین چگونگی ایجاد ارتباط موثر، به علاوه تسهیل صمیمیت از طریق بیان احساسات اصیل خود با آگاهی «بالغ» و پذیرش خود و طرف مقابل با اتخاذ وضعیت سالم «من خوب هستم - تو خوب هستی» همگی منجر به مهارت مندی هیجانی بالاتر و نیز افزایش صمیمیت از طریق افزایش خود افشا سازی همان گونه که دود و همکاران (۲۰۰۵) و هالفورد (۱۳۹۵) بر این موضوع تاکید کرده اند، می گردند. آموزه های تحلیل تبادلی در زمینه خودشناسی و رفع مشکلات آسیب شناسی شخصیت، شیوه های دسترسی به بالغ وحدت یافته و خود مختاری، رها شدن از پیش نویس های ناکارآمد و توانمند سازی فرد برای پاسخ گویی این زمانی این مکانی به موقعیت ها، می تواند فرد را به سوی تفرد و تمایز یافتگی و تحقق بیشتر خود و عدم وابستگی های عاطفی، تعارضی و کارکردی پیش ببرد و در ایجاد سطوح بالاتر رضایت از ازدواج و سازگاری زناشویی موثر می باشند.

#### پیشنهادات

یافته های این پژوهش مؤید آن است که آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و مولفه های (رضایت، همبستگی، توافق و ابراز محبت) مادران دانش آموزان مقاطع ابتدایی منطقه ۱ شهر تهران تاثیر دارد. این رو پیشنهاد می شود بمنظور افزایش ایجاد بسترهای قانونی مناسب در زمینه ارتقاء سطح عملکرد رفتاری افراد در جهت بهبود شرایط، امکانات لازم در اختیار این افراد بدرستی قرار داده شود. به همین منظور به مشاوران و روانشناسان، روانشناسان خانواده، پیشنهاد می شود که: تا در صورت امکان ضمن کاربست عملی کاربرد فراگیر روش آموزش رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و مولفه های (رضایت،



همبستگی، توافق و ابراز محبت) ، در روابط بین فردی و اجتماعی و همچنین بمنظور ارتقاء سطح سلامت عمومی افراد صورت پذیرد. ارائه برنامه های آموزش گروهی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل برای جوانان درشرف ازدواج، زوجین دارای تعارض و زوجین متقاضی طلاق انجام گردد. از آنجایی که جوامع امروزی برای استحکام و بقاء کانون خانواده هم‌چنین سلامت و بهزیستی افراد جامعه اهمیت زیادی قائل هستند، بررسی مسائل و مشکلاتی که به سلامت خانواده در زمینه روابط اجتماعی ، فرهنگی و خانوادگی و .. آنها تاثیر گذار و ضروری به نظر می‌رسد، توجه نمایند.

### منابع

- اخوان تفتی، م، ولی زاده، ز (۱۳۸۵). مقایسه سلامت روان و عملکرد تحصیلی دانشجویان دانشگاه تهران در ابتدای و انتهای دوره دانشگاه، پژوهش‌های تربیتی دانشگاه آزاد اسلامی واحد بجنورد، ۱(۳)، ۱-۱۶.
- استوارت، یان و جونز، ون. (۱۳۹۵). تحلیل رفتار متقابل: روش‌های نوین در روان‌شناسی، ترجمه بهمن دادگستر، انتشارات: دایره. اشمالینگ، ک.ب؛ فروزتی، ا؛ جیکوبسون، ن.س. (۲۰۰۲). مسائل زناشویی: رفتاردرمانی شناختی، ترجمه حبیب الله قاسم زاده، ۱۳۹۰، تهران: انتشارات ارجمند.
- اکبری، ا؛ پورشریفی، ح؛ عظیمی، ز؛ فهیمی، ص؛ امیری پیچاکلابی، ا. (۱۳۹۱). اثر بخشی گروه درمانی تحلیل رفتار متقابل بر افزایش رضایت مندی، سازگاری، احساسات مثبت، و صمیمیت زوج های دارای تجربه طلاق عاطفی، فصلنامه مشاوره و روان درمانی، ۲(۴)، ۴۶۱-۴۵۵.
- برن، ا. (۱۹۷۵). بعد از سلام چه می گوئید؟ ترجمه ی مهدی قراچه داغی (۱۳۹۴)، تهران: نشر البرز.
- برنشتاین، ف، اچ؛ برنشتاین، م. (بی تا). شناخت و درمان اختلاف های زناشویی، ترجمه حمیدرضا سهرابی، ۱۳۸۹، چاپ دوم، تهران: خدمات فرهنگی رسا.
- بک، آ. (۱۹۶۴). عشق هرگز کافی نیست، شیوه های نو برای حل مشکلات زناشویی، ترجمه مهدی قراچه داغی (۱۳۹۴)، انتشارات ذهن آویز.
- ترکان، ه. (۱۳۸۵). بررسی اثربخشی گروه درمانی به شیوه تحلیل تبادلی بر رضایت زناشویی زوج های شهر اصفهان، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته روان شناسی بالینی، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی، دانشگاه اصفهان.
- ترکان، ه؛ کلانتری، م و مولوی، ح. (۱۳۸۵). بررسی اثر بخشی گروه درمانی به شیوه تحلیل تبادلی بر رضایت زناشویی، فصلنامه خانواده پژوهی، ۲(۸)، ۱۲۳-۱۱۱.
- دانش، ع. (۱۳۸۴). تأثیر زوج درمانی اسلامی با روش تحلیل ارتباط متقابل در افزایش خودشناسی در رضایت و سازگاری زناشویی زوجهای ناسازگار، تهران: نخستین کنگره آسیب شناسی خانواده در ایران، دانشگاه شهید بهشتی.
- دانش، ع. (۱۳۸۵). تأثیر روش تحلیل محاوره ای در سازگاری زناشویی زوج های ناسازگار، چکیده مقالات دومین کنگره سراسری آسیب شناسی خانواده در ایران، تهران: دانشگاه شهید بهشتی.
- رحیمی، م و خیر، م. (۱۳۸۶). رابطه الگوهای ارتباطی خانواده و کیفیت زندگی دانش آموزان دوره متوسطه شهر شیراز. مطالعات تربیتی و روانشناسی دانشگاه فردوسی، ۱۰(۱)، ۲۲-۱۱.
- سپینگتون، ا. (۱۹۸۹). بهداشت روانی، ترجمه حمیدرضا حسین شاهی برواتی، ۱۳۹۰، تهران: انتشارات روان سلامت، م. (۱۳۸۴). بررسی تأثیر آموزش مهارت های ارتباطی با استفاده از روش تحلیل رفتار متقابل بر کاهش تعارضات زناشویی زوجین شهر اصفهان، پایان نامه کارشناسی ارشد رشته مشاوره، دانشگاه آزاد اسلامی واحد رودهن.



- سودانی، م؛ مهرابی زاده هنرمند، م و سلطانی، ز. (۱۳۹۱). اثربخشی آموزش تحلیل رفتار متقابل بر افزایش عملکرد زوج های ناسازگار، فصلنامه مشاوره و روان درمانی خانواده، ۲(۳)، ۲۸۷-۲۶۸.
- شی ی، م و کارور، چ. (۲۰۰۵). نظریه های شخصیت، ترجمه احمد رضوانی و محمود الیاسی، ۱۳۸۷، تهران: انتشارات به نشر.
- صادقی، م؛ احمدی، ا؛ بهرامی، ف؛ اعتمادی، ع و صلاحیان، ا. (۱۳۸۸). بررسی اثربخشی آموزش به شیوه تحلیل رفتار متقابل بر خودپنداره دانش آموزان دبیرستانی شهرستان خمینی شهر، مجموعه مقالات دومین همایش سراسری مشاوره، رشد و پویایی، تهران: دانشگاه الزهرا(س).
- فتوحی بناب، س؛ حسینی نسب، د؛ هاشمی، ت. (۱۳۸۸). بررسی اثر بخشی آموزش رویکردهای زوج درمانی شناختی- رفتاری، اسلامی و تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی زوج های ناسازگار، تازه ها و پژوهش های مشاوره، ۸(۳۲)، ۱۲۰-۱۰۹.
- فرهنگی، ف و آقامحمدیان، ح. (۱۳۸۵). تأثیر روان درمانگری گروهی با رویکرد تحلیل رفتار متقابل بر شیوه های رویارویی با استرس نوجوانان، مطالعات تربیتی و روان شناسی، ۷(۲)، ۶۲-۴۱.
- فیروزبخت، م. (۱۳۹۴). اریک برن بنیانگذار تحلیل رفتار متقابل، تهران: انتشارات دانژه.
- قاضی، م. (۱۳۸۹). پیشگیری و درمان انحرافات جنسی با ازدواج. قم: شهاب الدین.
- کافی، م؛ نوری، م؛ ملازاده اسفنجانی، ر و صالحی، ا. (۱۳۹۰). اثربخشی گروه درمانی به روش تحلیل رفتار متقابل بر سازگاری زناشویی و پیشگیری از عود افراد سم زدایی شده، پژوهش های نوین روان شناختی، ۲(۲۳)، ۱۳۲-۱۱۱.
- کمایی، ف و صدقاتی فرد؛ م. (۱۳۹۴). بررسی رابطه کژکاری در زنان متأهل با دلزدگی زناشویی آنها، فصلنامه روانشناسی تحلیلی- شناختی، ۶(۲۳)، ۵۵-۴۹.
- گلمن، د. (۱۳۹۳) هوش هیجانی، ترجمه نسرین پارسا. تهران: انتشارات رشد.
- مرادی، ا و ثنایی ذاکر، ب. (۱۳۸۵). بررسی اثربخشی آموزش مهارت های حل مسئله بر تعارضات والد- فرزند، تازه ها و پژوهش های مشاوره، ۵(۲)، ۳۴-۲۷.
- معتمدی، ه و نوشادی، ش. (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل بر افزایش رضایت زناشویی، رفاه اجتماعی، ۱(۲)، ۹۴-۷۳.
- میلر، ش؛ میلر، ف؛ نانالی، ا. (۲۰۰۱). آموزش مهارت های زناشویی: حرف زدن و گوش دادن به همدیگر، ترجمه فرشاد بهاری، ۱۳۹۵، تهران: انتشارات رشد.
- مینوچین، س. (۱۳۹۵). خانواده و خانواده درمانی، ترجمه باقر ثنایی، تهران: انتشارات امیرکبیر.
- نریمانی، م؛ بشرپور، س؛ عطادخت، ا و جعفریان دهکردی، ف. (۱۳۹۴). اثربخشی آموزش گروهی تحلیل رفتار متقابل در افزایش انعطاف پذیری شناختی و ارتقای عملکرد خانواده در زنان دارای اختلافات زناشویی، فصلنامه شخصیت و تفاوت های فردی، ۲(۳۹)، ۴۴-۲۵.
- نوبین، آ. (۱۳۹۱). مقایسه پنج مداخله تئاتر درمانی سنتی، طرح واره درمانی، تحلیل رفتار متقابل، تئاتر درمانی با محتوای طرح واره ای و تئاتر درمانی با محتوای تحلیل رفتار متقابل بر الکسی تیمیا و درد مزمن جسمی جانبازان ۷۰ درصد به بالا، وزارت علوم، تحقیقات و فناوری، دانشگاه اصفهان، دانشکده علوم تربیتی و روان شناسی.
- هالفورد، ک. (۲۰۰۰). زوج درمانی کوتاه مدت، ترجمه مصطفی تبریزی، ۱۳۹۵، انتشارات فراروان.



- Balanean, R. (2012). Postmodern Psycho-Social Influences On The Dysfunctional Sexual Beliefs Of The Romanian Youth. *Procedia - Social And Behavioral Sciences*, 31. 714-718.
- Burleson, B., & Denton, W. H. (1997). The relationship between communication skill and marital satisfaction: some moderating effects. *Journal of Marriage and the Family*, 59(4), 884-902
- Cordova, J. V., Gee, C. B., & Warren, L. Z. (2005). Emotional skillfulness in marriage: intimacy as a mediator of the relationship between emotional skillfulness and marital satisfaction. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 24(2), 218-235.
- Dowd, D. A., Means, M. J., Pope, J. F., & Humphries, J. H. (2005). Attributions and marital satisfaction: the mediated effects of self-disclosure. *Journal of Family and Consumer Sciences*, 97(1), 22-26.
- Forster, M., Grigsby, T. J., Bunyan, A., Unger, J. B., & Valente, T. W. (۲۰۱۵). The protective role of school friendship ties for substance use and aggressive behaviors among middle school students. *Journal of school health*, 85(2), 82-89.
- Garber J, Keily MK, Martin NC. (2002). Development of adolescence depressive symptoms: predictors of change. *Journal of Counseling and Clinical Psychology*. 70-95.
- Gary, L. M. (2006). *Altered States: Using Transactional Analysis Education to Prevent Conflict Escalation and Violence*. Dissertation Abstracts Int. Section A: Humanities and Social Sciences , 67, (4), 1186.
- Jessness, C. F. (1975). The Impact of Behavior Modification and Transactional Analysis Oninstitution Social Climate. *Journal of Research in Crime & Delinquency*, 12, (2), 79-91.
- Kazuko, N. (2006). How TA is applied in clinical psychiatry. *Journal of Social Work*, 1287(6): 168-172. Doi: 10.1016
- Kuffle, S.W., & Heiman, J.R.(2006). Effects Of Depressive Symptoms And Experimentally Adopted schemas on sexual arousal and affect in sexually healthy women, *archives of sexual behavior* , 35, 78-163
- Mohammadi, M. Esmaily, M. and Nik, A. (2010). The Effectiveness of Group Consultation in the Method of Transactional Analysis over the Student's Communicative Skills. *Social and Behavioral Sciences*.5, 1490-1492.
- Ohlsson, T.(2010). Scientific evidence base for transactional analysis in the year 2010. *International journal of Transactional Analysis Research*, 1(1), 4-11.
- River PA, Elliott TR, Berry JW, Shewchuk RM, Oswald KD, Grant J.(2006). Family care givers of women with physical disabilities. *J Clin psychol Med setting*. 13 (4): 425-434 .
- Strzelczyk, Dorota.(2015). Transactional Analysis as a Method to Test the Quality of Life of a Family, *Pedagogika Rodziny*. Family Pedagogy nr 5(1)/2015, ss. 27-38.
- Todorović, D., & Mitrović, M. (2017). Various modalities of aggressive behavior and emotional competence among students of sport and physical education and students of other faculties- a pilot study. *Facta Universities Series: Physical Education and Sport*, 389-398.
- Tudor, K. (2002). Transactional analysis supervision or supervision analysis Transactional? *Trans-actional analysis Journal*, 32, 39-55

Zuria, Mahmud & Mosavi, Esmaeil.(2015). Transactional analysis group counselling: immigrant Iranian couples in focus. International Journal of Management and Applied Science, ISSN: 2394-7926 Volume-1, Issue-8, Sept.-2015.

---

**The effectiveness of Transactional Analysis Approach on Marital Adjustment and components (dyadic satisfaction, dyadic correlation, dyadic cohesion and affectional expression) of Primary School Male Students' Mothers**

---

**Mona Kharazi\*<sup>1</sup>**

The purpose of this study was to investigate the effectiveness of transactional analysis approach on marital adjustment and and components (dyadic satisfaction, dyadic correlation, dyadic cohesion and affectional expression)of primary school male students' mothers District 1 of Tehran. The statistical population of the study was all mothers of first grade boy students in 2017. research design of quasi-experimental type with pre-test and post-test with control group and the sample was selected by multi-stage random sampling and simple random assignment, the sample size was 30 people to teach the interaction behavior analysis approach, of which 15 were in the experimental group and 15 in the control group. Data collection method using, Spanier (1976) marital adjustment scales and training of transactional analysis approach was performed on the sample during 8 sessions for 90 minutes per week. data were analyzed using statistical test (multivariate analysis of covariance). Findings showed: Training of transactional analysis approach had a positive effect on marital adjustment and components (dyadic satisfaction, dyadic correlation, dyadic cohesion and affectional expression) in the post-test group. Also, the results showed that the transactional analysis approach increases marital adjustment and dyadic satisfaction, dyadic correlation, dyadic cohesion and affectional expression of mothers of first grade boy students in primary school.

---

<sup>1</sup>. **Corresponding Author** :Master'sgraduated of school counseling Department of Counseling, Roudehen Branch ,Islamic Azad University, Roudehen, Iran



**Key words:** Transactional Analysis Approach, Marital Adjustment, Dyadic Satisfaction, Dyadic Correlation, Dyadic Cohesion , Affectional Expression.